

OC SAFE
FROM THE
START

Hướng dẫn về sự phát triển trí não lành mạnh của trẻ nhỏ

Cẩm nang dành cho cha mẹ

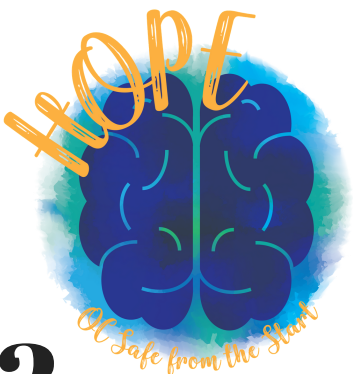


Thực hiện bởi:
Rose Hedegard, MPA
Mary Frances Marlin, MSN,
RN, PHN

Thưa Quý Phụ huynh và Người giám hộ,

Con trẻ bước vào đời mang đến cho quý vị nguồn sống kỳ diệu và cũng là sự khởi đầu của một cuộc hành trình đầy câu hỏi. Cẩm nang này trình bày về NGUỒN HY VỌNG. Những điều trình bày trong cẩm nang này sẽ giải đáp những thắc mắc của quý vị và giúp quý vị trở thành những người cha, người mẹ tốt. Quý vị sẽ cùng con em mình phát triển lành mạnh. Mỗi giai đoạn phát triển là một giai đoạn đầy thách thức mới cùng những khám phá cá nhân. Nào, chúng ta hãy bắt đầu cuộc hành trình quý báu nhất trong đời!

Cẩm nang này của:



MỤC LỤC

Phát triển trí não	4
Phát triển trong giai đoạn thơ ấu.....	6
Khắc phục sự nóng giận.....	8
Tự kiểm soát và kiềm chế	10
Truyền đạt và cảm thông.....	12
Thiết lập giới hạn.....	14
Thông điệp dành cho cha mẹ.....	16
Tham khảo	17
Các trang mạng hữu ích	18



PHÁT TRIỂN TRÍ NÃO

Sự phát triển trí não của em bé nhỏ quý vị...

Trẻ nhỏ là những em bé từ sơ sinh đến 5 tuổi. Không có giai đoạn nào thay đổi nhiều nhất trong cuộc đời chúng ta bằng giai đoạn những tháng đầu đời. Vì thế chúng tôi thực hiện cẩm nang này. Cha mẹ nào cũng cần hiểu trí não và cơ thể của con mình phát triển như thế nào (hãy xem biểu đồ trang kế). Trong quyển cẩm nang này, quý vị sẽ biết được bộ não huyền diệu như thế nào. Mỗi phút mỗi giây, những phần não bộ mới tăng trưởng, những bộ phận liên kết mới phát triển và những căn bản hành vi được thành lập phản ảnh kinh nghiệm mà trẻ nhỏ trải qua trong môi trường sống của các em.

Lúc vừa chào đời, não bộ của trẻ nhỏ chưa phát triển đầy đủ. Bộ não của các em cần sống qua kinh nghiệm thì mới phát triển được. Não bộ tạo ra sơ đồ của từng kinh nghiệm mà các em sống qua. Trẻ nhỏ thu thập những kinh nghiệm này qua những gì các em thấy, nghe, sờ mó, chơi đùa.

Những kinh nghiệm trong giai đoạn đầu non nớt này của cuộc đời vô cùng quan trọng trong việc hình thành khả năng tạo lập những mối quan hệ tình cảm mật thiết và lành mạnh (Perry, 2001).

Não bộ của trẻ nhỏ tựa miếng bọt biển. Em bé càng nhỏ thì khả năng hấp thụ thông tin của các em càng nhiều.

Trẻ nhỏ đang phát triển cần có những kinh nghiệm tốt, lặp đi lặp lại và đoán trước được trong cuộc sống để giúp cho trí não của em phát triển lành mạnh. Não bộ của trẻ em phát triển tốt nhất khi các em được sống trong môi trường êm đềm, yên ổn. Quý vị có thể tạo môi trường êm đềm, yên ổn cho con em.

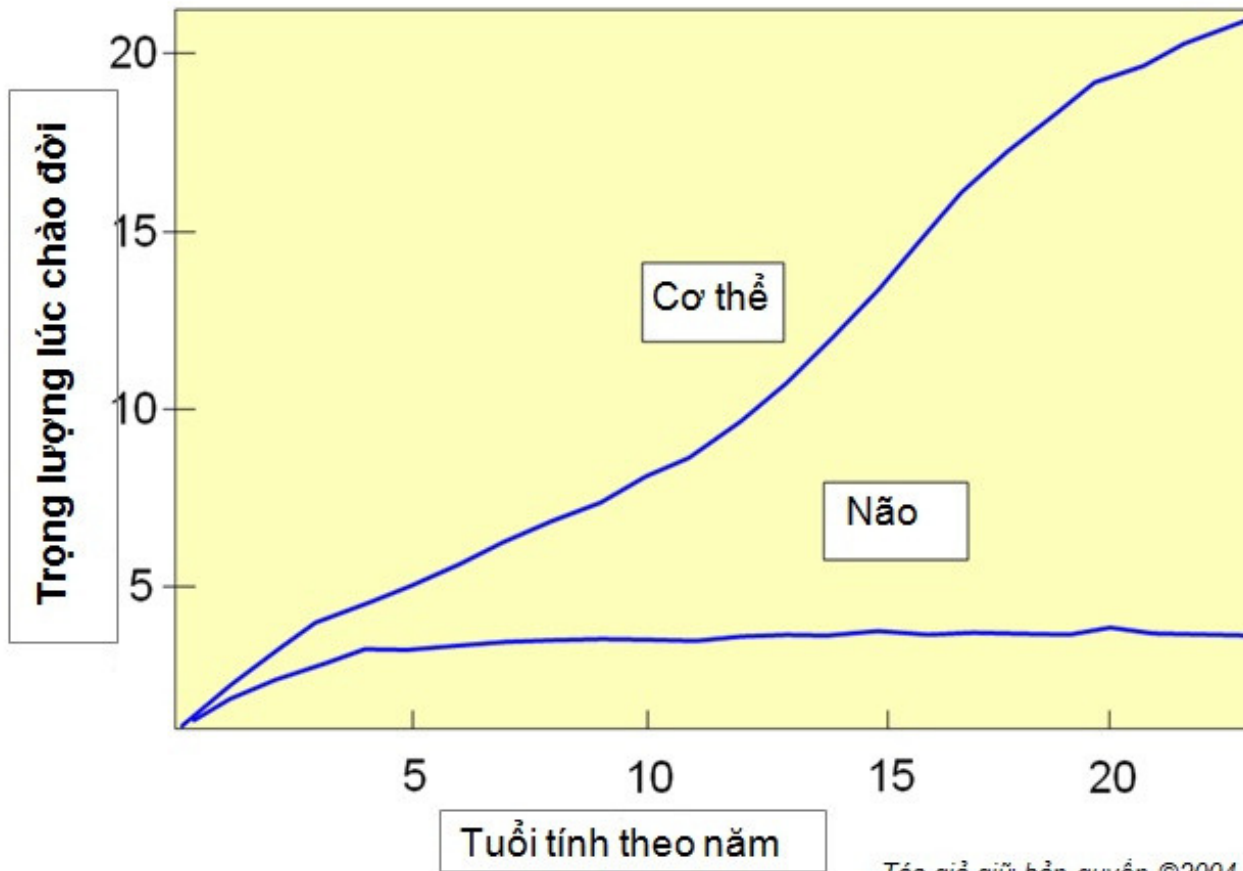
Nếu trẻ nhỏ bị sợ hay phải sống trong cảnh bạo động trong gia đình, sự phát triển của bộ não các em sẽ bị ảnh hưởng nặng nề.

Nếu trẻ nhỏ tiếp tục trải qua cảnh bạo động này, bộ não của các em sẽ phát triển không bình thường. Đây là điều quan trọng nhất trong tất cả những điều đề cập đến trong cẩm nang này.

“Trong ba năm đầu tiên của cuộc đời, não bộ của con người phát triển đến 90 phần trăm não bộ của người trưởng thành, và thiết lập phần lớn các hệ thống và cấu trúc trong bộ não chịu trách nhiệm cho tất cả các chức năng về cảm xúc, hành vi, giao tiếp và sinh lý xã hội của một người trong suốt cuộc đời.”

Bác sĩ, Tiến sĩ Bruce Perry

Sự tăng trưởng của trí não so với sự tăng trưởng cơ thể



Tác giả giữ bản quyền ©2004 Bác sĩ, Tiến sĩ Bruce

Biểu đồ này cho thấy cơ thể chúng ta tiếp tục phát triển như thế nào từ giai đoạn thơ ấu đến trưởng thành. Trong lúc đó, não bộ bắt đầu ngừng phát triển trước khi chúng ta lên năm tuổi. Vì lý do này, năm năm đầu đời của con quý vị vô cùng quan trọng đối với sự phát triển trí não lành mạnh. Quý vị là nhân vật quan trọng nhất trong cuộc đời của con mình trong năm năm đầu đời. Quý vị có thể giúp cho trí não của bé phát triển bình thường trong những năm quan trọng này.

Nếu con em của quý vị đã gặp những cảnh bạo động thì sao? Giờ quý vị đã hiểu thêm chút ít về sự phát triển trí não của trẻ nhỏ trong giai đoạn thơ ấu, quý vị có thể làm được hai điều gì để giúp cho môi trường sống của con em quý vị tốt lành hơn?

1. _____

2. _____



PHÁT TRIỂN TRONG GIAI ĐOẠN THƠ ẤU

Quấn quít là gì?

Quấn quít là một sợi dây quan hệ đặc biệt giữa một người với một người khác.

"Trong đa số các trường hợp, hành động của người mẹ làm cho em bé sơ sinh cảm thấy êm ấm, thích thú, dễ chịu, và những gì em bé làm sẽ mang lại niềm vui và sự hài lòng cho người mẹ. Vòng trao đổi tình cảm tốt đẹp này là nơi khởi đầu của sự quấn quít" (Perry, 2001).

Gắn bó là gì?

Gắn bó là cách hình thành và tạo dựng sự quấn quít tình cảm giữa quý vị và em bé. Mỗi quan hệ tốt đẹp giữa quý vị, con trẻ và môi trường đều mang lại những kinh nghiệm học hỏi mới. Nên ôm ấp, xoa bóp, vuốt ve em bé vì những cử chỉ dịu dàng trìu mến này giúp cho quý vị và em bé càng thêm gắn bó.



Vuốt ve bé. Trẻ nhỏ học hỏi qua sự sờ mó, vuốt ve. Vuốt ve dịu dàng giúp các em cảm thấy an toàn và yên ổn.

Vuốt ve bé. Trẻ nhỏ học hỏi qua sự sờ mó, vuốt ve. Vuốt ve dịu dàng giúp các em cảm thấy an toàn và yên ổn.. Nhanh chóng đáp ứng khi em bé khóc. Quý vị không thể nào làm em bé hư được.

Bồng em lên lúc cho em bú. Đừng chỉ kê chai sữa cho em bú.

Những cách giúp người lớn gắn bó với trẻ nhỏ:

- Nhìn thẳng vào mắt bé
- Ôm bé
- Ru bé
- Hát cho bé nghe
- Đút bé ăn
- Hôn bé

6 Hát ru em hay mở nhạc êm dịu cho em nghe. Quý vị không cần phải là một ca sĩ hát hay mới hát cho em nghe được.

Chăm sóc tận tâm:

Sự chăm sóc trẻ em chung nhóm có thể là nguồn nơi mà tất cả trẻ em, người chăm sóc và cha mẹ thiết lập một mối quan hệ sâu xa, đầy ý nghĩa và tình cảm, giúp cho cả gia đình và sự phát triển toàn vẹn cho trẻ em (Lally, Torres & Phelps, 2003).

Hình thức chăm sóc trẻ em nào cũng phải hòa hợp với những sinh hoạt của gia đình, qua những hình thức và cung cách quen thuộc đối với đứa trẻ



Nguồn giác quan cơ thể
Xúc giác
Vị giác
Khứu giác
Thính giác
Vận động

"Trẻ em nào giỏi việc tự kiểm soát và kiềm chế, giỏi tự làm cho mình dễ chịu, không khóc nhiều . . . là những đứa trẻ đã được chăm sóc một cách dịu dàng, trù mẫn, kỹ lưỡng trong giai đoạn đầu đời." Bác sĩ, Tiến sĩ Bruce Perry

Nên nhớ . . .

Cảm giác an toàn và yên ổn giúp cho trí não của con quý vị phát triển bình thường.

Nếu con của tôi không từng được chăm sóc kỹ lưỡng thì sao? Hai cách tôi có thể làm để chăm sóc cho con tôi kỹ lưỡng là

1. _____

2. _____



KHẮC PHỤC SỰ NÓNG GIẬN

Trước khi chúng ta tìm phương cách khắc phục sự hung hăng và nóng giận, chúng ta phải hiểu những điều sau đây

Hung hăng và nóng giận là hai điều khác nhau.

Hung hăng là hành động thường để gây thương tích cho người khác hoặc làm hư hại đồ vật hoặc tài sản của người.

Nóng giận là cảm xúc xảy ra khi một người bị bực bội hoặc bị thương.

Khi trẻ nhỏ hung hăng, các em sẽ khó làm bạn hay giao tiếp với người khác.

Sự nóng giận có thể được khắc phục một cách hữu hiệu qua sự học hỏi và áp dụng khả năng quả quyết và hợp tác với người khác. Trẻ nhỏ cần nhiều sự giúp đỡ của quý vị trong việc làm thế nào để khắc phục những cảm nghĩ nóng giận của các em.



Nếu em nhỏ lọt vào môi trường mà người lớn không biết khắc phục sự nóng giận của họ, các em sẽ khó học được cách khắc phục sự nóng giận của chính em.

Khả năng khắc phục sự nóng giận là những khả năng có thể huấn luyện được.

Đây cũng là một điều quan trọng cần biết.

Sự hung hăng và nóng giận có thể là:

- Một cách để tránh những cảm giác khổ sở,
- Liên quan đến sự thất bại,
- Vì tự ti,
- Cảm thấy bị cô lập và cô đơn, hoặc
- Bồn chồn lo lắng về những tình huống ngoài sự kiểm soát của đứa trẻ.

Khi trẻ nhỏ bị bực dọc hoặc nổi giận, quý vị cần giúp đỡ cho trẻ. Quý vị hãy hướng dẫn trẻ cho qua cơn bực dọc, nóng giận này. Nhớ làm gương hay đóng vai và thực hành những hành vi thích hợp. Nếu con trẻ giận dỗi, vô cùng bực bội, hãy hướng dẫn cho bé chú ý đến một sinh hoạt nào khác cho đến khi bé dịu cơn giận.

Chỉ dạy và giải thích. Việc này có thể thực hiện bằng hoạt động đóng vai, nói chuyện hoặc đọc một quyển sách thiếu nhi về sự nóng giận.

Tìm xem có nguyên nhân nào khác không. Con của quý vị có bị đói, mệt, bị bệnh, ganh tỵ, bực bội, buồn chán hoặc sợ hãi không? Nếu quý vị nhận ra được những cảm nghĩ này, hãy mang ra nói chuyện cùng lúc với hành vi hung hăng.

Đừng chú tâm đến việc trừng phạt. Trừng phạt sẽ không hữu hiệu khi trẻ nhỏ đang giận dữ hoặc bực bội. Trừng phạt không dạy được cho đứa bé biết phải hành động như thế nào là đúng.

Hãy tìm cách thay đổi lối nhìn của quý vị đối với những tình huống khó khăn. Thay vì xem đó là những trường hợp làm căng thẳng tinh thần, quý vị có thể xem đó là cơ hội học hỏi.

Nên nhớ . . .

- Luôn tự nhủ những điều tích cực. Luôn nói với mình những điều tốt như "Rồi mọi việc sẽ êm xuôi."
- Bỏ ra 5-10 phút để nghỉ ngơi.
- Nên nhớ, trẻ nhỏ cũng cần có thì giờ nghỉ ngơi.
- Điều quan trọng là phải hiểu vì sao trẻ nhỏ giận dữ thì mới giúp được bé khắc phục được sự nóng giận.

**Nếu tôi tỏ ra giận dữ trước mặt con tôi thì sao?
Hai cách tốt nhất giúp tôi khắc phục sự nóng giận của tôi là**

1. _____

2. _____



TỰ KIỂM SOÁT VÀ KIỂM CHẾ

Tự kiểm soát và kiềm chế là sức mạnh đi theo suốt cuộc đời. Tự kiểm soát và kiềm chế là lúc con em quý vị nhận thức được và tự làm dịu hoặc tự kiểm soát những ham muốn hay thúc đẩy mạnh mẽ như cơn đói và buồn ngủ, những cảm giác bực bội, nóng giận hoặc sợ hãi. Tính tự kiểm soát và kiềm chế bắt đầu phát triển khi người chăm sóc đưa bé mang đến cho bé những kinh nghiệm tốt, lặp đi lặp lại và đoán trước được. Tính này càng lúc càng tăng khi não bộ của trẻ càng ngày càng trưởng thành

Sinh hoạt đều đặn hàng ngày sẽ giúp cho trẻ nhỏ cảm thấy an toàn và yên ổn vì em biết trước việc gì sẽ xảy ra



“Những cảm giác căn bản đóng một vai trò quan trọng trong việc cung cấp những kinh nghiệm và kích thích giác quan, lặp đi lặp lại, theo mẫu mực để thành lập một cấu trúc có tổ chức cho não bộ của trẻ nhỏ.”

Bác sĩ, Tiến sĩ

Bruce Perry

Khi trẻ nhỏ không thể tự kiểm soát và kiềm chế, em sẽ gặp nhiều khó khăn trong việc kết bạn và biết cách kiểm soát hành vi của mình.

Trẻ em gặp nhiều trở ngại trong việc tự kiểm soát và kiềm chế thường ở trong tư thế phản ứng nhiều hơn, non nớt, kém trưởng thành hơn và dễ bị choáng ngợp trước những nguy hiểm, mối đe dọa và cảnh bạo động.

Quý vị là gương sáng cho con của mình. Trẻ con sẽ quan sát, nghe ngóng và học hỏi từ quý vị.

“Nếu quý vị muốn con em mình tử tế và có lòng với người khác thì quý vị phải tử tế và có lòng với con. Nếu quý vị muốn con em mình biết tự kiểm soát và kiềm chế, không nổi cơn giận thì chính quý vị cũng không được nổi cơn giận.”

Bác sĩ, Tiến sĩ Bruce Perry

Tính khí:

Điều quan trọng là quý vị phải hiểu tính khí của con mình.

Theo Stamm (2007), tính khí là một nhóm các bản tính bẩm sinh khá kiên định được ghi chặt trong bộ não của con em quý vị.

Các loại tính khí:

- **Đứa trẻ dễ chịu:** Đứa trẻ này ăn, bú, ngủ ngoan, tiêu tiểu đều đặn, phản ứng thuận lợi với những tình huống mới và có thể dễ dàng chấp nhận những trường hợp khó khăn bực bội.
- **Đứa trẻ khó khăn:** Đứa trẻ này ăn, bú, ngủ ngoan, tiêu tiểu bất thường. Em phản ứng khó khăn đối với những hoàn cảnh mới như thường khóc và khóc lớn, hoặc nổi cơn khóc la giận dữ khi bực bội. Những đứa trẻ này khó khăn, chậm đáp ứng với sự thay đổi và cần nhiều thời giờ hơn để làm quen với người lạ hay thức ăn mới.
- **Đứa trẻ thích ứng từ từ:** Đứa trẻ này biểu lộ những phản ứng khó khăn vừa phải khi tiếp xúc với những hoàn cảnh mới nhưng từ từ chấp nhận chúng nếu được tiếp xúc với những hoàn cảnh này lặp đi lặp lại nhiều lần. Những đứa trẻ này có những sinh hoạt thể chất khá bình thường. Vấn đề khó khăn đối với những trẻ em này khác biệt tùy thuộc những bản tính khác của các em.

(Thomas & Chess, 1977).

Nên nhớ . . .

Là cha mẹ, có thể có phần nào hữu ích nếu quý vị thử xem lại mối quan hệ của quý vị với chính cha mẹ của mình.

Quý vị có thể nhận ra một số kinh nghiệm quý vị trải qua lúc ấu thời mà quý vị không muốn lặp lại cho con của mình.

Nếu con tôi khó dịu xuống thì sao? Hai cách tôi có thể làm để giúp cho con tôi dịu xuống là

1. _____

2. _____



TRUYỀN ĐẠT VÀ CẢM THÔNG



Tư cách làm cha mẹ vững chắc và thú vị hơn khi mối quan hệ giữa người cha, người mẹ và đứa con đã được thiết lập chặt chẽ.

Truyền đạt và cảm thông là điều cần thiết để thành lập mối quan hệ giữa cha mẹ và con cái. Hãy nói chuyện với con nhỏ thường xuyên, từ lúc ra đời và suốt thời gian bé lớn lên.

Nhìn vào mắt bé lúc nói chuyện. Quan tâm đến bé hoàn toàn.



Tránh không trả lời điện thoại khi con đến muốn nói với quý vị điều gì quan trọng.

Đọc sách cho con nghe. Việc này sẽ giúp bé phát triển khả năng ngôn ngữ. Tôn trọng sự riêng tư của bé. Sự truyền đạt và cảm thông giữa quý vị và con hữu hiệu nhất khi không có người khác chung quanh.

Đừng làm cho con xấu hổ hay mắc cỡ trước mặt người khác.

Nên nhớ . . .

- • Khi còn bé, cảm nghĩ nóng giận và buồn bã gần giống nhau. Điều quan trọng quý vị cần nhớ là những gì người lớn nghĩ là buồn thì trẻ em biểu lộ bằng thái độ giận dữ.
- • Trẻ em phải hiểu rõ những gì mong đợi ở các em. Các em học được những điều này qua sự truyền đạt và cảm thông. Trừng phạt sẽ không bao giờ là cách hay nhất để truyền đạt những gì chúng ta muốn nơi trẻ em.
- Trừng phạt có thể làm cho trẻ nhỏ tức giận, phẫn uất, bồn chồn lo lắng hoặc sợ hãi, là những điều ngăn cản sự thành lập mối quan hệ lành mạnh của bé với quý vị.

Khen con:

- Khen con khi bé cố gắng nói chuyện với quý vị
- Khen bé để cho bé biết điều bé làm là đúng, là tốt. Việc khen ngợi sẽ giúp cho bé nhiều tự tin và quý vị và bé gần gũi nhau hơn.
- Thay đổi thái độ, hành vi mất nhiều thời giờ. Thái độ và hành vi của trẻ em không sao thay đổi qua đêm. Cha mẹ phải hiểu và biết là thời gian đưa trẻ cần có để sửa đổi thái độ và hành vi khác nhau tùy theo tuổi và giai đoạn phát triển của các em
- • Trẻ em có thể cần có thời gian thực tập, được cha mẹ hướng dẫn, được khen thưởng và cần cảm giác an toàn và yên ổn.

**Hôm nay quý vị
khen con mình
chưa? Điều quan
trọng là phải khen
con mỗi ngày.**



Những cách khuyến khích con:

- “Con hẳn rất tự hào, hãnh diện với chính mình . . .”
- “Con giỏi quá, con cố gắng hết mình . . .”
- “Con quả thật biết giải quyết vấn đề cho . . .”

The Center on the Social and Emotional Foundations for Learning
(Trung tâm nghiên cứu Nền tảng xã hội và tình cảm đối với sự học hỏi lúc thơ ấu)

Nếu tôi không cảm thấy thoải mái, nói chuyện dễ dàng với con tôi thì sao? Hai điều mà tôi có thể làm để giúp tôi nói chuyện với con tôi dễ dàng hơn là

1. _____

2. _____



THIẾT LẬP GIỚI HẠN



Vi sao sự thiết lập giới hạn quan trọng đến thế? Giới hạn quý vị đưa ra sẽ giúp cho trẻ nhỏ cảm thấy quý vị thương yêu bé, nhất là khi quý vị cho bé biết lý do vì sao quý vị ra những luật lệ như thế.

Trẻ nhỏ sẽ cảm thấy yên ổn hơn cho dù những giới hạn này không mang lại thích thú nào.

Trẻ nhỏ học hỏi dễ dàng hơn khi luật lệ và những gì mong đợi ở các em được trình bày rõ ràng.

Sự kiên định, trước sau như một rất cần thiết trong việc thiết lập những giới hạn lành mạnh.

Quý vị cần những gì để lập cơ cấu luật lệ?

- Sinh hoạt đều đặn thường ngày
- Đưa ra giới hạn hợp lý
- Trước sau như một
- Cho phép trẻ tham gia

(Stamm, 2007)

Nếu quý vị không tuân theo luật lệ, con của quý vị sẽ thấy là luật lệ không quan trọng và không tuân theo luật lệ cũng sẽ không có hậu quả gì



Dạy cho con biết là lỗi lầm là cơ hội quý báu để học hỏi. Hãy làm gương cho con mình bằng cách áp dụng Ba điều sau đây mỗi khi quý vị làm một lỗi gì đó:

1. Nhìn ra lỗi của mình.
2. Nhận lỗi và sẵn sàng nói, “Cha/Mẹ xin lỗi, Cha/Mẹ thật không hài lòng với cách Cha/Mẹ cư xử trong việc này.”
3. Nhìn vào và chú ý đến cách giải quyết vấn đề hơn là đổ lỗi. (Điều thứ 3 chỉ hữu hiệu khi quý vị làm điều 1 và điều 2 trước.)

(Nelson, 2006)

Nên nhớ . . .

Báo cho con biết trước khi quý vị muốn bé ngưng làm một việc gì đó.

Nhiều trẻ em khó đáp ứng được với sự thay đổi bất thần.

Giữ lời, nói là làm. Điều này cũng quan trọng như việc thiết lập giới hạn.

Một khi giới hạn được giữ không thay đổi, đứa bé sẽ biết là em có thể tin tưởng hoàn toàn nơi quý vị vì quý vị sẽ làm những gì quý vị nói.

Giới hạn đưa ra phải thích hợp với lứa tuổi.

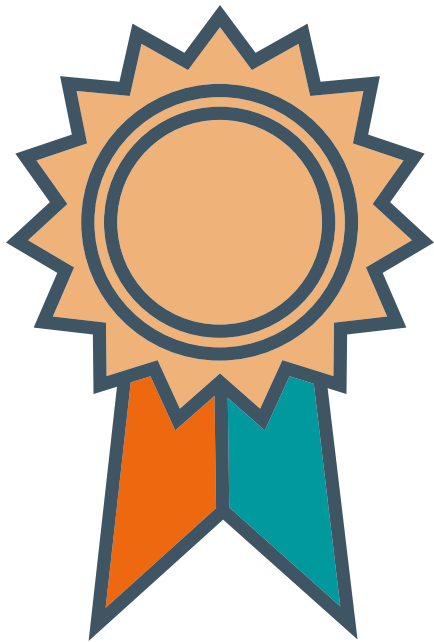
Giới hạn sẽ từ từ thay đổi khi con quý vị mỗi ngày một lớn

Giới hạn lành mạnh sẽ mang lại cho con quý vị những lợi ích gì? Hai điều quý vị có thể làm để thiết lập những giới hạn lành mạnh cho con mình là

1. _____

2. _____

Thành thật chúc mừng!



Quý vị đang cầm trong tay tập hướng dẫn để giúp cho quý vị trở thành những người cha, người mẹ gương mẫu nhất. Em bé của quý vị mỗi ngày một lớn, kế hoạch và chương trình chăm sóc dành cho bé phải cùng lúc phát triển theo. Khi nào có thắc mắc, quý vị nhớ xem lại những hướng dẫn trong cẩm nang này. Giờ thì chúng tôi mời quý vị vui hưởng cuộc hành trình làm cha mẹ!

THAM KHẢO

- Arevalo, L., & Grebel, K. OC Safe from the Start, (2006). *Talking to parents about violence: facilitator guide*. Costa Mesa, CA: Orange County Department of Education.
- Center on the Social and Emotional Foundations for Early Learning. *Some starters for giving positive feedback and encouragement for effort, thinking, and problem solving*. Retrieved March 20, 2011, from Vanderbilt University, Center on the Social and Emotional Foundations for Early Learning Web site: <http://vanderbilt.edu/csefel>.
- Lally, R.J., Torres, Y.L., & Phelps, P.C. (2003). *Caring for infants and toddlers in groups: developmentally appropriate practice*. Washington, DC: ZERO TO THREE.
- Malmberg, R. (Executive Director/Producer), & Oyler, M. (Producer). (2008). *First impressions: exposure to violence and a child's developing brain*. [DVD]. Sacramento, CA: California Attorney General's Office.
- Nelson, J. (n.d.). *Positive discipline guidelines*. In *PositiveDiscipline.com*. Retrieved June 2010, from <http://www.empoweringpeople.com/files/guidelines.pdf>.
- Perry, B.D. (2001). *Bonding and attachment in maltreated children: consequences of emotional neglect in childhood*. Houston, TX: ChildTrauma Academy. Retrieved March 20, 2011, from <http://centerforchildwelfare.fmhi.usf.edu/kb/ChronicNeglect/ConseqOfChNeglect.pdf>.
- Perry, B.D. (2002). Training series 2: six core strengths for healthy child development. Houston, TX: Child Trauma Academy. Retrieved August 2010, from http://www.lfcc.on.ca/Perry_Six_Core_Strengths.pdf.
- Perry, B.D. (2004). *Brain growth vs. body growth*. Houston, TX: ChildTrauma Academy.
- Paltin, D., Child Development Institute. (n.d.). *Your baby's brain health, development and environment*. In *ChildDevelopmentInfo.org*. Retrieved August 2010, from <http://www.childdevelopmentinfo.com/parenting/your-babys-brain-health-development-and-environmen.shtml>.
- Stamm, J. (2007). *Bright from the start: the simple, science-backed way to nurture your child's developing mind from birth to age 3*. New York: Gotham Books.
- Thomas, A., & Chess, S. (1977). *Temperament and development*. New York: Brunner/ Mazel Publisher.
- U.S. Department of Health and Human Services. (n.d.). Help your child feel comfortable in social situations. In *Education .com*. Retrieved March 20, 2011, from http://www.education.com/reference/article/Ref_Help_Your_Child_Feel/.

Các trang mạng hữu ích để tìm hiểu bổ túc:

Center on the Developing Child at Harvard

University: <http://www.developingchild.harvard.edu/>

Jane Nelson, Ed.D:

<http://www.positivediscipline.com>

Linda Chamberlain, Ph.D., MPH:

<http://www.drindachamberlain.com>

Laboratories of Cognitive Neuroscience at Children's Hospital Boston:

<http://www.childrenshospital.org/research/brainworks>

National Scientific Council on the Developing Child:

<http://www.developingchild.net/pubs/wp.html>

Safe Start Center:

<http://www.safestartcenter.org>

The Center on the Social Emotional Foundations for Early Learning:

<http://csefel.vanderbilt.edu/>

The ChildTrauma Academy:

<http://www.Childtrauma.org>

Zero-to-Three:

<http://www.zerotothree.org>



For additional information, please contact:

Christine Laehle at 714.327.1067
School-Based Violence Prevention Education Services
Prevention and Early Intervention
Orange County Department of Education

<http://www.ocde.us/ocsfts> • <http://www.ocde.us/pei>

